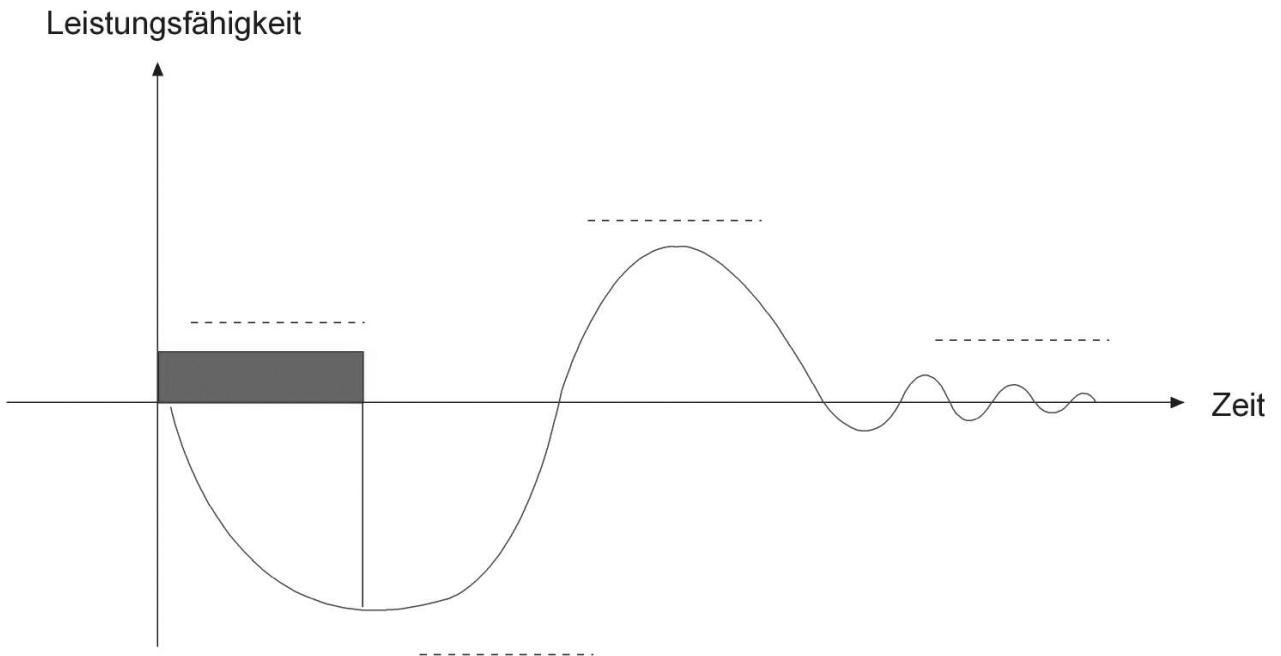


Kraft I



Gesetze des Trainings

allgemeine Gesetze des Trainings	spezifische Anwendungen/Beispiele

Bewegungsapparat

aktive Bestandteile	passive Bestandteile